Ai ăn uống có lý do chính đáng, sau đó lý do đó chấm dứt giữa ban ngày Ramadan bắt buộc phải nhịn ngay từ lúc đó như Kafir vào Islam, phụ nữ dứt kỳ kinh, người bệnh khỏe trở lại, người đi đường về đến nhà, trẻ em bắt đầu trưởng thành, người thần kinh trở lại tỉnh táo, bắt buộc tất cả họ phải nhịn chay bù lại ngày hôm đó.

Nhịn chay tự nguyện: Cách nhịn tốt nhất là nhịn một ngày và ăn uống ngày hôm sau, kế tiếp nhịn chay vào mỗi ngày thứ hai và thứ năm trong tuần, kế tiếp nhịn ba ngày trong mỗi tháng và nên nhịn vào ba ngày Al-Baidh (tức ngày 13, 14 và 15) theo lịch Hijry.

Khuyến khích nhịn chay đa số ngày trong tháng Muharram và Sha'baan (tức tháng giêng và tháng tám theo lịch Hijry), ngày A'shura, ngày A'rafah và sáu ngày trong tháng Shawwaal (tháng mười theo lịch Hijry).

Không nên chọn riêng tháng Rajab (tháng bảy lịch Hijry), thứ sáu và thứ bảy để nhịn chay, nhịn chay vào ngày nghi ngờ (tức không rằng hôm nay đã là Ramadan hay chưa).

Cấm nhịn chay vào hai ngày tết Al-Fit-r và tết Al-Adh-ha, những ngày Al-Tashreeq ngoại trừ những ai làm Haj Al-Tamadtu' và Haj Al-Qiraan mà không có vật giết tế thì được phép nhịn trong những ngày này.

Chú ý:

Ai Junub (do giao hợp hoặc xuất tinh) và phụ nữ dứt chu kỳ kinh hoặc máu hậu sản sạch sẽ trở lại trước rạng đông bắt buộc phải ăn uống và định tâm nhịn chay rồi tắm rửa sau lời Azan vẫn được.

Phụ nữ được phép uống thuốc kềm hãm chu kỳ kinh ra trễ hơn với định tâm cùng mọi người nhịn chay trọn tháng Ramadan nếu an tâm về loại thuốc đó.

Người nhịn chay được phép nuốt nước miếng, riêng đờm nếu ra đến miệng bắt buộc phải nhả.

Nabi ﷺ nói: "***Cộng đồng của Ta luôn được hưởng tốt đẹp miễn họ ăn liên khi đến giờ xả chay và ăn cơm nhịn thật trễ.***" **Hadith do Ahmad ghi lại,** có Hadith khác Người nói: "***Tôn giáo Islam sẽ vẫn luôn được nổi trội miễn tín đồ ăn uống liền khi đến giờ xả chay bởi người Do Thái và Thiên Chúa luôn kéo dài việc xả chay.***" **Hadith do Abu Dawood ghi lại.**

Khuyến khích cầu xin ngay lúc xả chay, bởi Nabi ﷺ đã nói: "***Quả thật, lời cầu xin của người nhịn chay ngay lúc xả chay không bị khước từ.***" **Hadith do Ibnu Maajah ghi lại.** Trong những lời cầu xin khuyến khích nên dùng là Hadith: (Za ha baz za ma, wab tal la til u' rooq, wa tha ba tal aj ru in shaa Allah.)
"***Đã xong rồi sự khát và mệt mỏi. Nếu Allah muốn, sẽ được ban thưởng.***" **Hadith do Abu Dawud ghi lại.**

Theo Sunnah khi xả với chà là tươi, nếu không có thì bằng chà là khô và nếu không có thì bằng nước.

Để tránh khỏi sự tranh cải của giới U'lama nên hạn chế sử dụng phấn côn[1], thuốc nhỏ mắt, nhỏ lỗ tai trong suốt thời gian nhịn chay. Khi rất cần phải sử dụng,

---

([1]) **Phấn côn:** Là loại phấn đen đánh mí mắt của phụ nữ Ả Rập.

cứ việc sử dụng nếu cảm thấy đắng cuống họng lúc sử dụng thuốc thì sự nhịn chay đó hoàn toàn đúng.

✸ Khuyến khích sử dụng Siwaak trong suốt thời gian nhịn chay, dựa theo ý kiến đúng nhất.

✸ Bắt buộc tránh xa việc nói xấu, ngồi lê đôi mách và mọi điều đã bị Allah cấm đặt biệt là lúc đang nhịn chay, phải luôn bảo vệ cái lưỡi mọi điều Haram (bị cấm) tuyệt đối tránh không nói về người khác, nếu bị mắng bị chửi thì bảo: *Tôi đang nhịn chay*. Nabi ﷺ nói: "***Ai không từ bỏ lời dối trá mà còn tiếp tục nói dối thì Allah không cần thiết đến sự nhịn ăn và nhịn uống của y.***" **Hadith do Al-Bukhary ghi lại.**

✸ Khuyến khích người đang nhịn chay, khi được mời ăn tiệc nên đến dự tiệc và cầu xin gia chủ.

✸ Lailatul Qad (đêm định mệnh) là đêm tốt nhất trong năm, rơi vào những đêm lẻ của mười đêm cuối của tháng Ramadan, việc hành đạo trong đêm này tốt hơn một ngày tháng bình thường. Những dấu hiệu để nhận biết đêm đó: Vào buổi sáng của đêm đó mặt trời mọc lên rất sáng nhưng không chói, khí hậu rất ôn hòa, đôi khi người Muslim ở trong nó nhưng lại không nhận ra được. yêu cầu hành đạo thật nhiều như hành lễ Salah, đọc Qur'an, tụng niệm..., cố gắng hết sức để hành lễ Salah Al-Taraa-weh đặc biệt là trong mười đêm cuối của Ramadan, nên hành lễ Salah Al-Taraa-weh cùng Imam cho đến hết để được viết ân phước đã hành lễ trọn đêm.

Ai bước vào nhịn chay Sunnah, khuyến khích nên nhịn xong nhưng không bắt buộc. Dù có cố ý làm hư sự nhịn chay vẫn không sao cũng không yêu cầu nhịn bù.

Al-E'tikaaf: Là bắt buộc Muslim có khối óc bình thường ở trong Masjid để hành đạo.

Yêu cầu người Al-E'tikaaf phải sạch sẽ không bị Junub, không được rời Masjid ngoại trừ rất cần thiết như ăn uống, vệ sinh. Al-E'tikaaf sẽ trở thành vô hiệu nếu rời khỏi Masjid không có lý hoặc giao hợp.

Theo Sunnah là E'tikaaf trọn mười ngày cuối Ramadan hoặc ít nhất là một giờ nhưng nên cố cho được một ngày đêm. Nên cố gắng dành trọn thời gian cho việc hành đạo và hạn chế suy nghĩ hoặc nói chuyện đời. Riêng phụ nữ muốn E'tikaaf phải hỏi ý kiến chồng.

HAJ & U'MRAH

Haj là sự định tâm đến Makkah để thi hành sự khổ hạnh bằng hình thức nhất định, trong thời gian nhất định và những điều kiện nhất định.

Haj và U'mrah *chỉ* bắt buộc một lần trong đời, khi đã hội đủ những điều kiện sau: 1) Là người Muslim. 2) Có lý trí. 3) Trưởng thành. 4) Tự do. 5) Có khả năng, tức đủ tiền bạc, sức khỏe và đường đi thuận lợi. Những ai chết chưa kịp làm Haj hoặc U'mrah thì xuất tiền của họ đi làm thay họ. Người Kafir và người thần kinh thì Haj và U'mrah của họ là vô hiệu còn trẻ nhỏ và nô lệ thì Haj và U'mrah của họ hữu hiệu nhưng buộc phải thi hành lại sau khi trẻ trưởng thành và nô lệ được tự do. Người không có khả năng do nghèo nếu được tài trợ thì Haj hoặc U'mrah đó hữu hiệu.

Riêng ai đi làm Haj cho người khác nhưng bản thân chưa từng làm lần nào thì Haj đó y đi làm cho bản thân y.

Ehraam: Khi người làm U'mrah hay Haj đến Miqaat (địa điểm để định tâm) khuyến khích làm những việc sau: tắm rửa, nhổ hay cạo lông nách và lông bộ phận sinh dục, cắt tỉa râu mép đối với nam, hớt móng tay và móng chân, xịt dầu thơm lên người nhưng không được xịt lên Ehraam hoặc làm những việc đó trước ở nhà để khỏi tốn thời gian khi đến Miqaat).

Ehraam đối với đàn ông thì mặc hai mảng vải màu trắng một mảnh quấn làm quần và mảnh còn lại làm áo. Phải che toàn thân không được để hở hai vai ngoại trừ trong Tawwaaf. Còn phụ nữ mặc quần áo tùy thích nhưng không được quá sặc sỡ.

Việc định tâm cho U'mrah Haj như sau:

Làm **U'mrah** thì định tâm như sau: لَبَّيْكَ اللَّهُمَّ عُمْرَةً (Lắp bai kol-ló-hum-ma um róh)

Làm Haj **Ifraad** thì nói: لَبَّيْكَ اللَّهُمَّ حجّاً (Lắp bai kol-ló-hum-ma haj ja)

Làm Haj **Qiraan** thì nói: لَبَّيْكَ اللَّهُمَّ عُمْرَةً وَحَجّاً (*Lắp bai kol-ló-hum-ma um róh và haj ja*)

Làm Haj **Tamadtu'** phải làm U'mrah trước và làm trong những tháng Haj (tức tháng 10, 11 và mười ngày đầu của tháng 12 theo niên lịch Islam) sau làm U'mrah xong thì ở lại Makkah cho đến ngày mồng 8 tháng 12. Và việc định tâm như sau:

لَبَّيْكَ اللَّهُمَّ عُمْرَةً (***Lắp bai kol-ló-hum-ma um róh***)

(tốt nhất định tâm khi đã an tọa trên phương tiện như: xe, máy bay ... và nên mặt hướng về Qiblah, nếu sợ bị ngăn cản trên đường đến Makkah cũng như trong thời gian làm U'mrah như cướp hay thế lực nào đó ... thì đọc: إِنْ حَبَسَنِي حَابِسٌ فَمَحَلِّي حَيْثُ حَبَسْتَنِي ***(In ha-ba-sa-ny ha-bi-sun fa-ma-hal-ly hay-su ha-bas-ta-ny)*** **Ý nghĩa:** Nếu bề tôi bị thế lực nào đó ngăn cản thì bề tôi sẽ mặc áo lại bình thường ngay nơi bắt giữ bề tôi. Ai nói câu này sau câu định tâm khi bị ngăn cản không cho đến Makkah được phép mặc áo trở lại mà không bị phạt gì cả.)

Theo sunnah Thiên Sứ ﷺ sau khi định tâm xong Người cũng như các bạn đồng đạo đọc Talbiyah với giọng rất lớn, còn đối với nữ thì đọc với giọng nhỏ.

((لَبَّيْكَ اللَّهُمَّ لَبَّيْكَ، لَبَّيْكَ لاَ شَرِيكَ لَكَ لَبَّيْكَ، إِنَّ الْحَمْدَ وَالنِّعْمَةَ لَكَ وَالْمُلْكَ لاَ شَرِيكَ لَكَ)) ***(Lắp bai kol-ló-hum-ma lắp baika, lắp bai ka la sha-ri-ka la ka lắp bai ka, in nal hâm đa wan-né-ma-ta la-ka wal-mul-ka la sha-ri-ka la-ka)*** **Ý nghĩa:** (Thưa Thượng Đế bề tôi vâng lời Ngài, tuân lệnh Ngài không tổ hợp Ngài với ai (hay bất vật gì). Quả thật, tất cả mọi lời ca ngợi tán dương, hồng ân và uy quyền đều là của Ngài mà không có đối tác)

Chín điều cấm trong suốt thời gian làm U'mrah và Haj: 1- Hớt tóc. 2- Cắt móng tay hay móng chân. 3- Cấm nam mặc những gì được may sẵn như quần, áo ...